

	12/1(三)	12/2(四)	12/3(五)	12/4(六)	12/5(日)
音樂節目 SONGS... 12/2、12/16 涉谷之聲... 12/4、12/11、12/18 揚聲歌唱...12/5、12/12、12/19 歌曲演唱會...12/7 新BS日本之歌...12/12、12/19、12/26 J-MELO...週一 14:20 少年俱樂部...週日 10:00	00:05 糖果屋(普)	00:00 10K 跑步之旅(普)	00:05 大家的歌(普)	00:13 迷你節目(普)	00:15 迷你節目(普)
	00:30 NHK 俳句(普)	00:30 訪談挖挖挖(普)	00:10 人生食譜(普)	00:15 新日本風土記(普)	00:20 鐵道寫真旅(普)
	00:55 no art, no life(普)	01:00 BS 新聞(普)	00:55 迷你節目(普)	01:15 BS 新聞(普)	00:35 發掘酷日本(普)
	01:00 BS 新聞(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 BS 新聞(普)	01:25 目擊！日本(普)	01:20 BS 新聞(普)
	01:10 今日健康(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:30 日本口語藝術(普)
	01:25 今日料理(普)	01:48 迷你食譜(普)	01:25 趣味園藝(普)	02:20 時論公論(普)	02:00 日本傳統藝能(普)
	01:50 亞洲美食紀行(普)	01:50 亞洲美食紀行(普)	01:50 迷你節目(普)	02:30 美之壺(普)	02:55 演藝圖鑑(普)
	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	03:00 東京電車美食(普)	03:25 新聞資訊台精華(普)
	02:20 時論公論(普)	02:20 時論公論(普)	02:20 時論公論(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 美味原產地(普)
	02:30 逸品一品(普)	02:30 達爾文來了(普)	02:30 日本鐵道之旅(普)	03:35 電視體操(普)	03:30 迷你節目(普)
	03:00 育兒指南(普)	03:00 流言監護人(普)	03:00 老外遊日本(普)	03:45 未來開關(普)	03:55 大家的歌(普)
	03:30 名曲選(普)	03:25 輕鬆看護(普)	03:30 名曲選(普)	03:50 大家的歌(普)	03:55 大家的歌(普)
	03:35 電視體操(普)	03:30 名曲選(普)	03:35 電視體操(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)
	03:45 未來開關(普)	03:35 電視體操(普)	03:45 未來開關(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 創意繪畫工房(普)
	03:50 大家的歌(普)	03:45 兒童探案(普)	03:50 大家的歌(普)	04:24 兒童探案(普)	04:29 市街觀察(普)
03:56 世界天氣(普)	03:50 大家的歌(普)	03:56 世界天氣(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:49 笑彈炸裂(普)	
04:00 與媽媽同樂(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:58 SDGs 之歌(普)	
04:24 兒童探案(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:24 兒童探案(普)	04:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)	
04:39 為什麼商會(普)	04:24 兒童探案(普)	04:39 為什麼商會(普)	05:00 晨間新聞(普)	05:00 新聞(普)	
04:49 廚房戰隊(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:49 廚房戰隊(普)	06:59 世界天氣(普)	05:10 目擊！日本(普)	
05:00 晨間新聞(普)	04:49 廚房戰隊(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 5 週(普)	05:40 廢線鐵道巡禮(普)	
07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 23(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 25(普)	07:15 晨間新聞(普)	05:50 電視體操(普)	
07:15 晨間新聞(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:15 晨間新聞(普)	07:15 晨間新聞(普)	06:00 晨間新聞(普)	
08:55 大家的體操(普)	07:15 晨間新聞(普)	08:55 大家的體操(普)	08:00 深度新聞週刊(普)	06:45 迷你節目(普)	
09:00 新聞氣象(普)	07:15 晨間新聞(普)	09:00 新聞氣象(普)	08:30 NHK 特集(普)	06:59 世界天氣(普)	
09:05 歌曲演唱會(普)	08:55 大家的體操(普)	09:05 日本姓氏綜藝(普)	09:20 NHK 特集(普)	07:00 小旅行(普)	
09:50 歷史偵探(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:50 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 1(普)	10:10 閑走塔摩利(普)	07:25 職場餐食(普)	
10:35 東北見知探(普)	09:50 在地巷子內(普)	10:40 no art, no life(普)	10:57 世界天氣(普)	07:52 N 特集預告(普)	
10:40 遊戲學沖繩話(普)	10:17 故事記錄(普)	10:45 迷你節目(普)	11:00 新聞氣象(普)	07:57 氣象情報(普)	
10:48 觀點論點(普)	10:48 觀點論點(普)	10:58 世界天氣(普)	11:15 生活笑百科(普)	08:00 週日論政(普)	
10:58 世界天氣(普)	10:58 世界天氣(普)	11:00 新聞(普)	11:40 浮世繪 江戶生活(普)	09:00 新聞氣象(普)	
11:00 新聞(普)	11:00 新聞(普)	11:20 新聞(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 第 5 週(普)	09:05 守護明天(普)	
11:20 鐵道寫真旅(普)	11:20 職場餐食(普)	11:20 新聞(普)	12:00 新聞氣象(普)	09:50 陸奧物語(普)	
11:35 逸品一品(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 24(普)	11:20 新聞(普)	12:05 大河劇 勢衝青天 37(普)	09:55 大家的歌(普)	
11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 23(普)	12:00 新聞(普)	12:00 新聞(普)	12:50 世界台精選(普)	10:00 少年俱樂部(普)	
12:00 新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	12:05 新聞(普)	14:50 BS 新聞(普)	10:59 世界天氣(普)	
12:05 列島新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	15:00 雅病扶擇(普)	11:00 新聞(普)	
12:55 名曲選(普)	13:00 趣味悸動(普)	12:55 名曲選(普)	15:45 市街觀察(普)	11:15 揚聲歌唱(普)	
13:00 趣味悸動(普)	13:25 關西旅人(普)	13:00 旅行學德語(普)	15:55 迷你節目(普)	12:00 新聞氣象(普)	
13:25 電視學中文(普)	13:50 大家的歌(普)	13:30 旅行學法語(普)	16:00 世界台精選(普)	12:05 世界台精選(普)	
13:50 大家的歌(普)	13:55 全球旅行買家(普)	13:50 大家的歌(普)	16:30 與媽媽同樂(普)	13:40 東北見知探(普)	
13:55 全球旅行買家(普)	14:00 BS 新聞(普)	13:55 迷你節目(普)	16:54 迷你節目(普)	13:45 遊戲學沖繩話(普)	
14:00 BS 新聞(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:00 BS 新聞(普)	17:00 新聞(普)	13:50 BS 新聞(普)	
14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:20 芯京都(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	17:05 畢達哥拉斯 知識開關(普)	14:00 世界台精選(普)	
14:20 老外遊日本(普)	14:48 世界天氣(普)	14:20 東京電車美食(普)	17:25 天才電視兒童(普)	14:00 世界台精選(普)	
14:48 世界天氣(普)	14:50 科學新知(普)	14:48 世界天氣(普)	17:50 Pop in ! Craft(普)	17:05 相似找一找(普)	
14:50 流言監護人(普)	15:20 日本鐵道之旅(普)	14:50 訪談挖挖挖(普)	17:56 世界天氣(普)	17:15 基礎英語(普)	
15:15 輕鬆看護(普)	15:50 BS 新聞(普)	15:20 10K 跑步之旅(普)	18:00 六點新聞(普)	17:35 E 舞蹈學院(普)	
15:20 糖果屋(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:50 BS 新聞(普)	18:30 六點新聞(普)	18:00 六點新聞(普)	
15:45 大家的歌(普)	16:11 遊戲學英語(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	18:30 首都圈 情報快遞(普)	18:30 達爾文來了(普)	
15:50 BS 新聞(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:11 遊戲學英語(普)	18:57 知子醬開罵(普)	19:00 大河劇 勢衝青天 38(普)	
16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:11 遊戲捉迷藏(普)	19:45 新聞氣象(普)	19:45 新聞氣象(普)	
16:11 遊戲學日語(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	20:00 NHK 特集(普)	20:00 NHK 特集(普)	
16:21 遊戲捉迷藏(普)	17:10 兒童探案(普)	17:00 新聞(普)	19:15 有吉發大財(普)	20:49 世界天氣(普)	
16:36 與媽媽同樂(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:10 兒童探案(普)	19:45 新聞氣象(普)	20:50 世界台精選(普)	
17:00 涉 5 時新聞(普)	17:50 Pop in ! Craft(普)	17:25 天才電視兒童(普)	20:00 NHK 特集(普)	21:50 迷你節目(普)	
17:10 兒童探案(普)	17:56 世界天氣(普)	17:50 Pop in ! Craft(普)	20:49 世界天氣(普)	21:55 新聞瞭地球(普)	
17:25 天才電視兒童(普)	18:00 六點新聞(普)	17:59 世界天氣(普)	20:50 有田 P 爆笑會客(普)	22:33 迷你節目(普)	
17:50 聲動美術(普)	18:30 所桑！不得了(普)	18:00 六點新聞(普)	21:20 週末體育報導(普)	22:35 週日體育報導(普)	
18:00 六點新聞(普)	18:57 日本姓氏綜藝(普)	18:30 首都圈 情報快遞(普)	21:40 故事記錄(普)	23:25 新聞氣象(普)	
18:30 健康生活好吃驚(普)	19:45 每日育兒指南(普)	18:57 知子醬開罵(普)	22:10 涉谷之聲(普)	23:30 世界天氣(普)	
19:15 在地巷子內(普)	19:50 未來開關(普)	19:45 新聞資訊台精華(普)	22:40 新聞氣象(普)	23:35 揚聲歌唱(普)	
19:45 每日育兒指南(普)	19:56 世界天氣(普)	19:50 未來開關(普)	22:45 世界台精選(普)		
19:50 未來開關(普)	20:00 八點看新聞(普)	19:56 世界天氣(普)			
19:56 世界天氣(普)	21:00 今日焦點(普)	20:00 八點看新聞(普)			
20:00 八點看新聞(普)	21:30 SONGS(普)	21:00 八點看新聞(普)			
21:00 今日焦點(普)	22:15 新聞氣象(普)	21:30 SONGS(普)			
21:30 歷史偵探(普)	22:20 國際報導(普)	22:15 新聞氣象(普)			
22:15 新聞氣象(普)	23:00 BS 新聞(普)	22:20 國際報導(普)			
22:20 國際報導(普)	23:10 世界天氣(普)	23:00 BS 新聞(普)			
23:00 BS 新聞(普)	23:15 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 1(普)	23:10 世界天氣(普)			
23:10 世界天氣(普)		23:15 日本單車行腳(普)			
23:15 雅病扶擇(普)					

三商多媒體(股)公司
 NHK 世界台-台灣總代理
 台北市建國北路二段 145 號 2 樓
 電話 02-25039508 傳真 02-25018396
 客服信箱 nhk@mercuries.com.tw
 網站 http://nhk.mercuries.com.tw
 三商多媒體股份有限公司©版權所有
 更新日期 2021/11/26

12/6(一)	12/7(二)	12/8(三)	12/9(四)	12/10(五)	12/11(六)	12/12(日)
00:20 世界台精選(普)	00:00 科學新知(普)	00:00 大家的歌(普)	00:00 世界台精選(普)	00:05 大家的歌(普)	00:13 迷你節目(普)	00:15 迷你節目(普)
02:20 BS 新聞(普)	00:30 NHK 短歌(普)	00:05 糖果屋(普)	00:30 訪談挖挖挖(普)	00:10 人生食譜(普)	00:15 新日本風土記(普)	00:20 鐵道寫真旅(普)
02:30 將棋聚聚(普)	00:55 京都趣味園藝(普)	00:30 NHK 俳句(普)	01:00 BS 新聞(普)	00:55 迷你節目(普)	01:15 BS 新聞(普)	00:35 發掘酷日本(普)
03:00 圍棋聚聚(普)	01:00 BS 新聞(普)	00:55 no art, no life(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 BS 新聞(普)	01:25 目擊！日本(普)	01:20 BS 新聞(普)
03:30 薇妮雪兒 在京都(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 BS 新聞(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:30 日本口語藝術(普)
04:00 大河劇 勢衝青天 38(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	01:48 迷你食譜(普)	01:25 趣味園藝(普)	02:20 時論公論(普)	02:00 日本傳統藝能(普)
04:45 自然百景(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:25 今日料理(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:50 生活小雜誌(普)	02:30 美之壺(普)	02:55 演藝圖鑑(普)
04:59 世界天氣(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	03:00 東京電車美食(普)	03:25 新聞資訊台 精華(普)
05:00 晨間新聞(普)	02:20 時論公論(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	02:20 時論公論(普)	02:20 時論公論(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 美味原產地(普)
07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 26(普)	02:30 日本百名山(普)	02:20 時論公論(普)	02:30 達爾文來了(普)	02:30 日本鐵道之旅(普)	03:35 電視體操(普)	03:30 迷你節目(普)
07:15 晨間資訊快遞(普)	03:00 便當博覽會(普)	02:30 逸品一品(普)	03:00 流言監護人(普)	03:00 老外遊日本(普)	03:45 未來開關(普)	03:53 大家的歌(普)
08:55 大家的體操(普)	03:23 迷你節目(普)	03:00 育兒指南(普)	03:25 輕鬆看護(普)	03:30 名曲選(普)	03:50 大家的歌(普)	03:55 世界天氣(普)
09:00 新聞氣象(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 名曲選(普)	03:35 電視體操(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)
09:05 10 劇場 群青領域 7(普)	03:35 電視體操(普)	03:35 電視體操(普)	03:35 電視體操(普)	03:45 未來開關(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 創意繪畫工房(普)
09:50 專業作風(普)	03:45 未來開關(普)	03:45 未來開關(普)	03:45 未來開關(普)	03:50 大家的歌(普)	04:24 兒童探索(普)	04:29 市街觀察(普)
10:35 迷你節目(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	03:56 世界天氣(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:49 笑彈炸裂(普)
10:42 新手今日料理(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:58 SDGs 之歌(普)
10:47 新手今日料理(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:24 兒童探索(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:24 兒童探索(普)	04:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)
10:52 新手今日料理(普)	04:24 兒童探索(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:39 為什麼商會(普)	05:00 晨間新聞(普)	05:00 新聞(普)
10:57 世界天氣(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:24 兒童探索(普)	04:49 廚房戰隊(普)	05:09 世界天氣(普)	05:10 目擊！日本(普)
11:00 新聞(普)	04:49 廚房戰隊(普)	05:00 晨間新聞(普)	04:49 廚房戰隊(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 30(普)	05:40 廢線鐵道巡禮(普)
11:20 美味原產地(普)	04:59 世界天氣(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 28(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 29(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	05:50 電視體操(普)
11:43 迷你節目(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 29(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	08:00 深度新聞週刊(普)	06:00 晨間新聞(普)
11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 26(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 27(普)	08:55 大家的體操(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	08:55 大家的體操(普)	08:30 NHK 特集(普)	06:45 自然百景(普)
12:00 新聞(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	09:00 新聞氣象(普)	08:55 大家的體操(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:00 新聞氣象(普)	06:59 世界天氣(普)
12:05 列島新聞(普)	08:55 大家的體操(普)	09:05 歌曲演唱會(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:05 日本姓氏綜藝(普)	09:05 日本姓氏綜藝(普)	07:00 小旅行(普)
12:55 名曲選(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:50 歷史偵探(普)	09:50 健康生活好吃驚(普)	09:50 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 2(普)	09:20 NHK 特集(普)	07:25 職場餐食(普)
13:00 NHK 短歌(普)	09:05 世界台精選(普)	10:35 東北見知探(普)	09:50 在地巷子內(普)	10:40 no art, no life(普)	10:10 開走塔摩利(普)	07:57 氣象情報(普)
13:36 NHK 俳句(普)	10:17 72 小時記錄(普)	10:40 遊戲學沖繩話(普)	10:17 故事記錄(普)	10:45 迷你節目(普)	10:57 世界天氣(普)	08:00 週日論政(普)
13:50 大家的歌(普)	10:48 觀點論點(普)	10:45 迷你節目(普)	10:48 觀點論點(普)	11:00 新聞(普)	11:00 新聞(普)	09:00 新聞氣象(普)
13:55 新聞資訊台 精華(普)	10:58 世界天氣(普)	10:48 觀點論點(普)	11:00 新聞(普)	11:20 職場餐食(普)	11:15 生活笑百科(普)	09:05 守護明天(普)
14:00 BS 新聞(普)	11:00 新聞(普)	10:58 世界天氣(普)	11:20 職場餐食(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 29(普)	11:40 浮世繪 江戶生活(普)	09:50 陸奧物語(普)
14:10 基礎英語(普)	11:20 便當博覽會(普)	11:00 新聞(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 29(普)	12:00 新聞(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 第 6 週 (普)	09:55 大家的歌(普)
14:20 J-MELO(普)	11:43 迷你節目(普)	11:20 鐵道寫真旅(普)	12:00 新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	12:00 新聞氣象(普)	10:00 少年俱樂部(普)
14:48 世界天氣(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 27(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 28(普)	12:05 列島新聞(普)	12:55 名曲選(普)	12:05 大河劇 勢衝青天 38(普)	10:59 世界天氣(普)
14:50 演藝圖鑑(普)	12:00 新聞(普)	12:00 新聞(普)	12:55 名曲選(普)	13:00 趣味悸動(普)	12:50 世界台精選(普)	11:00 新聞(普)
14:50 日本百名山(普)	12:05 列島新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	13:00 趣味悸動(普)	13:25 旅行學西語(普)	14:50 BS 新聞(普)	11:15 揚聲歌唱(普)
15:20 世界台精選(普)	12:55 名曲選(普)	12:55 名曲選(普)	13:25 旅行學西語(普)	13:50 大家的歌(普)	15:00 罹病抉擇(普)	12:05 新 BS 日本之歌(普)
15:20 日本台精選(普)	13:00 趣味悸動(普)	13:00 趣味悸動(普)	13:50 大家的歌(普)	13:55 生活小雜誌(普)	15:00 罹病抉擇(普)	13:35 京都趣味園藝(普)
15:50 BS 新聞(普)	13:25 趣味園藝(普)	13:25 電視學中文(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	15:45 市街觀察(普)	13:40 東北見知探(普)
16:00 迷你節目(普)	13:50 大家的歌(普)	13:50 大家的歌(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:20 芯京都(普)	15:55 迷你節目(普)	13:45 遊戲學沖繩話(普)
16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	13:55 生活小雜誌(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:20 芯京都(普)	14:48 世界天氣(普)	16:00 世界台精選(普)	13:50 BS 新聞(普)
16:11 遊戲學日語(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:48 世界天氣(普)	14:50 科學新知(普)	16:30 與媽媽同樂(普)	14:00 世界台精選(普)
16:21 遊戲捉迷藏(普)	14:20 透視亞洲(普)	14:20 老外遊日本(普)	14:50 科學新知(普)	15:20 日本鐵道之旅(普)	16:54 迷你節目(普)	14:30 與爸爸同樂(普)
16:36 與媽媽同樂(普)	14:48 世界天氣(普)	14:50 流言監護人(普)	15:20 日本鐵道之旅(普)	15:50 BS 新聞(普)	17:00 新聞(普)	14:50 世界台精選(普)
17:00 涉 5 時新聞(普)	14:50 育兒指南(普)	15:15 輕鬆看護(普)	15:50 BS 新聞(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	17:05 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:00 罹病抉擇(普)
17:10 兒童探索(普)	15:20 逸品一品(普)	15:20 糖果屋(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:11 遊戲學英語(普)	17:15 遊戲學英語(普)	16:00 世界台精選(普)
17:25 妙答三人行(普)	15:50 BS 新聞(普)	15:45 大家的歌(普)	16:11 遊戲學英語(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	17:25 大家的歌(普)	16:30 與媽媽同樂(普)
17:50 舞妓家的 料理人(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:50 BS 新聞(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	17:30 喵喵宇宙 放送局(普)	16:54 迷你節目(普)
17:59 世界天氣(普)	16:11 遊戲學日語(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	17:56 世界天氣(普)	17:00 新聞(普)
18:00 六點新聞(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:11 遊戲學日語(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	17:10 兒童探索(普)	18:00 六點新聞(普)	17:25 基礎英語(普)
18:30 世界台精選(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	17:10 兒童探索(普)	17:25 天才電視兒童(普)	18:30 開走塔摩利(普)	17:35 E 舞蹈學院(普)
19:42 迷你節目(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:50 Pop in! Craft(普)	19:15 有吉發大財(普)	18:00 六點新聞(普)
19:45 每日育兒指南(普)	17:10 兒童探索(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	17:50 Pop in! Craft(普)	17:56 世界天氣(普)	19:45 新聞氣象(普)	18:30 達爾文來了(普)
19:50 未來開關(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:10 兒童探索(普)	17:56 世界天氣(普)	18:00 六點新聞(普)	20:00 NHK 特集(普)	19:00 大河劇 勢衝青天 39(普)
19:56 世界天氣(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:25 天才電視兒童(普)	18:00 六點新聞(普)	18:30 所桑！不得了(普)	20:49 世界天氣(普)	19:45 新聞氣象(普)
20:00 八點看新聞(普)	18:00 六點新聞(普)	18:30 健康生活 好吃驚(普)	18:30 所桑！不得了(普)	18:57 日本姓氏綜藝(普)	20:50 漫步世界街道(普)	20:00 NHK 特集(普)
21:00 夜間戲劇 阿佐谷姊妹 同居生活 5(普)	18:30 職場餐食(普)	19:15 在地巷子內(普)	18:57 日本姓氏綜藝(普)	19:45 每日育兒指南(普)	21:50 迷你節目(普)	20:49 世界天氣(普)
22:15 新聞氣象(普)	18:57 歌曲演唱會(普)	19:15 在地巷子內(普)	19:45 每日育兒指南(普)	19:50 未來開關(普)	21:55 新聞氣象(普)	20:50 漫步世界街道(普)
22:20 國際報導(普)	19:42 迷你節目(普)	19:45 每日育兒指南(普)	19:50 未來開關(普)	19:56 世界天氣(普)	22:10 週末體育報導(普)	21:50 迷你節目(普)
23:00 BS 新聞(普)	19:45 每日育兒指南(普)	19:50 未來開關(普)	20:00 八點看新聞(普)	20:00 八點看新聞(普)	22:10 週末體育報導(普)	22:30 世界天氣(普)
23:10 世界天氣(普)	19:50 未來開關(普)	19:56 世界天氣(普)	21:00 今日焦點(普)	21:30 世界台精選(普)	22:40 週末體育報導(普)	23:35 揚聲歌唱(普)
23:15 土曜時代劇 明治開化 新十郎探偵帖 3(普)	19:56 世界天氣(普)	20:00 八點看新聞(普)	21:00 今日焦點(普)	22:15 新聞氣象(普)	22:40 週末體育報導(普)	
23:53 迷你節目(普)	20:00 八點看新聞(普)	21:00 今日焦點(普)	21:30 世界台精選(普)	22:20 國際報導(普)	22:40 週末體育報導(普)	
23:55 大家的歌(普)	21:00 今日焦點(普)	21:30 專業作風(普)	22:15 新聞氣象(普)	23:00 BS 新聞(普)	22:45 世界台精選(普)	
	21:30 專業作風(普)	22:15 新聞氣象(普)	22:20 國際報導(普)	23:10 世界天氣(普)		
	22:15 新聞氣象(普)	22:20 國際報導(普)	23:00 BS 新聞(普)	23:10 世界天氣(普)		
	22:20 國際報導(普)	23:00 BS 新聞(普)	23:10 世界天氣(普)	23:15 日本單車行腳(普)		
	23:00 BS 新聞(普)	23:10 世界天氣(普)	23:15 羅病抉擇(普)			
	23:10 世界天氣(普)	23:15 羅病抉擇(普)				

12/20(一)	12/21(二)	12/22(三)	12/23(四)	12/24(五)	12/25(六)	12/26(日)
00:20 世界台精選(音)	00:00 科學新知(音)	00:00 大家的歌(音)	00:00 10K 跑步之旅(音)	00:05 大家的歌(音)	00:13 迷你節目(音)	00:15 迷你節目(音)
02:20 BS 新聞(音)	00:30 NHK 短歌(音)	00:05 糖果屋(音)	00:30 訪談挖挖挖(音)	00:10 人生食譜(音)	00:15 新日本風土記(音)	00:20 鐵道寫真旅(音)
02:30 圍棋聚星(音)	00:55 京都趣味園藝(音)	00:30 NHK 俳句(音)	01:00 BS 新聞(音)	00:55 迷你節目(音)	01:15 BS 新聞(音)	00:35 發掘酷日本(音)
03:00 圍棋聚星(音)	01:00 BS 新聞(音)	00:55 no art, no life(音)	01:10 今日健康(音)	01:00 BS 新聞(音)	01:25 日擊！日本(音)	01:20 BS 新聞(音)
03:30 薇妮雪兒 在京都(音)	01:10 今日健康(音)	01:00 BS 新聞(音)	01:25 今日料理(音)	01:10 今日健康(音)	01:55 BS 新聞 4K(音)	01:30 日本口語藝術(音)
04:00 大河劇 勢衝青天 40(音)	01:25 今日料理(音)	01:10 今日健康(音)	01:48 迷你食譜(音)	01:25 趣味園藝(音)	02:20 時論公論(音)	02:00 日本傳統藝能(音)
04:45 自然百景(音)	01:50 生活小雜誌(音)	01:25 今日料理(音)	01:50 生活小雜誌(音)	01:50 生活小雜誌(音)	02:30 美之壺(音)	02:55 演藝圖鑑(音)
04:59 世界天氣(音)	01:55 BS 新聞 4K(音)	01:50 生活小雜誌(音)	01:55 BS 新聞 4K(音)	01:55 BS 新聞 4K(音)	03:00 東京電車美食(音)	03:25 新聞資訊台 精華(音)
05:00 晨間新聞(音)	02:20 時論公論(音)	01:55 BS 新聞 4K(音)	02:20 時論公論(音)	02:20 時論公論(音)	03:30 名曲選(音)	03:30 美味原產地(音)
07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 36(音)	02:30 日本百名山(音)	02:20 時論公論(音)	02:30 達爾文來了(音)	02:30 日本鐵道之旅(音)	03:35 電視體操(音)	03:30 迷你節目(音)
07:15 晨間資訊快遞(音)	03:00 便當博覽會(音)	02:30 逸品一品(音)	03:00 世界台精選(音)	03:00 老外遊日本(音)	03:45 未來開關(音)	03:53 大家的歌(音)
08:55 大家的體操(音)	03:23 迷你節目(音)	03:00 育兒指南(音)	03:25 輕鬆看護(音)	03:30 名曲選(音)	03:50 大家的歌(音)	03:55 大家的歌(音)
09:00 新聞氣象(音)	03:30 名曲選(音)	03:30 名曲選(音)	03:30 名曲選(音)	03:35 電視體操(音)	03:56 世界天氣(音)	04:00 與媽媽同樂(音)
09:05 10 劇場 群青領域 9(音)	03:35 電視體操(音)	03:35 電視體操(音)	03:35 電視體操(音)	03:45 未來開關(音)	04:00 與媽媽同樂(音)	04:24 創意繪畫工房(音)
09:50 專業作風(音)	03:45 迷你節目(音)	03:45 迷你節目(音)	03:45 迷你節目(音)	03:50 大家的歌(音)	04:24 兒童探索(音)	04:39 市街觀察(音)
10:35 迷你節目(音)	03:50 大家的歌(音)	03:50 大家的歌(音)	03:50 大家的歌(音)	03:56 世界天氣(音)	04:39 為什麼商會(音)	04:49 笑彈炸裂(音)
10:42 新手今日料理(音)	03:56 世界天氣(音)	04:00 與媽媽同樂(音)	03:56 世界天氣(音)	04:00 與媽媽同樂(音)	04:49 廚房戰隊(音)	04:58 SDGs 之歌(音)
10:47 新手今日料理(音)	04:00 與媽媽同樂(音)	04:24 兒童探索(音)	04:00 與媽媽同樂(音)	04:24 兒童探索(音)	04:59 世界天氣(音)	04:59 世界天氣(音)
10:52 新手今日料理(音)	04:24 兒童探索(音)	04:39 為什麼商會(音)	04:24 兒童探索(音)	04:39 為什麼商會(音)	05:00 晨間新聞(音)	05:00 新聞(音)
10:57 世界天氣(音)	04:39 為什麼商會(音)	04:49 廚房戰隊(音)	04:39 為什麼商會(音)	04:49 廚房戰隊(音)	06:59 世界天氣(音)	05:10 日擊！日本(音)
11:00 新聞(音)	04:49 廚房戰隊(音)	05:00 晨間新聞(音)	04:49 廚房戰隊(音)	04:59 世界天氣(音)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 37(音)	05:40 廢線鐵道巡禮(音)
11:20 美味原產地(音)	04:59 世界天氣(音)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 38(音)	05:00 晨間新聞(音)	05:00 晨間新聞(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	05:50 電視體操(音)
11:43 迷你節目(音)	05:00 晨間新聞(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 39(音)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 40(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	06:00 晨間新聞(音)
11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 36(音)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 37(音)	08:55 大家的體操(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	08:00 深度新聞週刊(音)	06:45 自然百景(音)
12:00 新聞(音)	07:15 晨間資訊快遞(音)	09:00 新聞氣象(音)	08:55 大家的體操(音)	08:55 大家的體操(音)	08:30 世界台精選(音)	06:59 世界天氣(音)
12:05 列島新聞(音)	08:55 大家的體操(音)	09:05 世界台精選(音)	09:00 新聞氣象(音)	09:00 新聞氣象(音)	08:30 世界台精選(音)	07:00 小旅行(音)
12:55 名曲選(音)	09:00 新聞氣象(音)	09:05 歷史偵探(音)	09:05 健康生活好吃驚(音)	09:05 世界台精選(音)	09:20 NHK 特集(音)	07:25 職場餐食(音)
13:00 NHK 短歌(音)	09:05 世界台精選(音)	10:35 東北見知探(音)	09:05 世界台精選(音)	09:50 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 4(音)	10:10 世界台精選(音)	07:52 N 特集預告(音)
13:36 NHK 俳句(音)	10:17 72 小時記錄(音)	10:40 遊戲學沖繩話(音)	09:50 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 4(音)	10:40 no art, no life(音)	10:57 世界台精選(音)	07:57 氣象情報(音)
13:50 大家的歌(音)	10:48 觀點論點(音)	10:45 迷你節目(音)	10:48 觀點論點(音)	10:40 迷你節目(音)	11:00 新聞(音)	08:00 週日論政(音)
13:55 新聞資訊台 精華(音)	10:58 世界天氣(音)	10:58 世界天氣(音)	11:00 新聞(音)	10:45 迷你節目(音)	11:15 生活笑百科(音)	09:00 新聞氣象(音)
14:00 BS 新聞(音)	11:00 新聞(音)	11:00 新聞(音)	11:20 職場餐食(音)	11:00 新聞(音)	11:40 浮世繪 江戶生活(音)	09:05 世界台精選(音)
14:10 基礎英語(音)	11:20 便當博覽會(音)	11:20 新聞(音)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 39(音)	11:20 新聞(音)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 40(音)	09:50 迷你節目(音)
14:20 J-MELO(音)	11:43 迷你節目(音)	11:20 鐵道寫真旅(音)	12:00 新聞(音)	11:20 今日料理(音)	12:00 新聞氣象(音)	09:55 大家的歌(音)
14:48 世界天氣(音)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 37(音)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 38(音)	12:05 列島新聞(音)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 39(音)	12:05 新聞氣象(音)	10:00 少年俱樂部(音)
14:50 演藝圖鑑(音)	12:00 新聞(音)	12:00 新聞(音)	12:55 名曲選(音)	12:00 新聞(音)	12:05 大河劇 勢衝青天 40(音)	10:59 世界天氣(音)
14:50 日本百名山(音)	12:05 列島新聞(音)	12:05 列島新聞(音)	13:00 趣味悸動(音)	12:05 新聞(音)	12:50 世界台精選(音)	11:15 世界台精選(音)
15:20 BS 新聞(音)	12:55 名曲選(音)	12:55 名曲選(音)	13:25 旅行學西語(音)	12:05 列島新聞(音)	12:50 世界台精選(音)	12:00 新聞氣象(音)
16:00 迷你節目(音)	13:00 趣味悸動(音)	13:00 趣味悸動(音)	13:50 大家的歌(音)	12:55 名曲選(音)	14:50 BS 新聞(音)	12:05 新 BS 日本之歌(音)
16:01 畢達哥拉斯 知識開關(音)	13:25 趣味園藝(音)	13:25 電視學中文(音)	13:55 生活小雜誌(音)	13:00 旅行學德語(音)	15:00 雅病扶擇(音)	13:35 京都趣味園藝(音)
16:11 遊戲學日語(音)	13:50 大家的歌(音)	13:50 大家的歌(音)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(音)	13:30 旅行學法語(音)	15:45 市街觀察(音)	13:40 東北見知探(音)
16:21 遊戲捉迷藏(音)	13:55 生活小雜誌(音)	14:20 老外遊日本(音)	14:20 芯京都(音)	13:50 大家的歌(音)	15:55 迷你節目(音)	13:45 遊戲學沖繩話(音)
16:36 與媽媽同樂(音)	14:00 BS 新聞(音)	14:50 世界台精選(音)	14:48 世界天氣(音)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(音)	16:00 世界台精選(音)	13:50 BS 新聞(音)
17:00 涉 5 時新聞(音)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(音)	15:20 日本鐵道之旅(音)	14:50 科學新知(音)	14:20 東京電車美食(音)	16:30 與媽媽同樂(音)	14:00 世界台精選(音)
17:10 兒童探索(音)	14:20 透視亞洲(音)	15:15 輕鬆看護(音)	15:20 訪談挖挖挖(音)	14:20 東京電車美食(音)	16:54 迷你節目(音)	14:00 世界台精選(音)
17:25 妙答三人行(音)	14:48 世界天氣(音)	15:20 糖果屋(音)	15:20 10K 跑步之旅(音)	14:50 訪談挖挖挖(音)	17:00 新聞(音)	14:00 世界台精選(音)
17:50 舞妓家的 料理人(音)	15:20 逸品一品(音)	15:45 大家的歌(音)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(音)	15:20 BS 新聞(音)	17:05 畢達哥拉斯 知識開關(音)	17:00 新聞(音)
18:00 六點新聞(音)	15:50 BS 新聞(音)	15:50 BS 新聞(音)	16:11 遊戲學英語(音)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(音)	17:15 遊戲學英語(音)	17:05 新聞(音)
18:30 世界台精選(音)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(音)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(音)	16:21 遊戲捉迷藏(音)	16:11 遊戲學英語(音)	17:25 大家的歌(音)	17:35 E 舞蹈學院(音)
19:42 迷你節目(音)	16:11 遊戲學日語(音)	16:11 遊戲學日語(音)	16:36 與媽媽同樂(音)	16:21 遊戲捉迷藏(音)	17:30 喵喵宇宙 放送局(音)	18:00 六點新聞(音)
19:45 每日育兒指南(音)	16:21 遊戲捉迷藏(音)	16:21 遊戲學日語(音)	17:00 涉 5 時新聞(音)	16:36 與媽媽同樂(音)	17:56 世界天氣(音)	18:30 達爾文來了(音)
19:50 未來開關(音)	16:36 與媽媽同樂(音)	16:36 與媽媽同樂(音)	17:10 兒童探索(音)	17:00 新聞(音)	18:00 六點新聞(音)	19:00 大河劇 勢衝青天 41 最終回(音)
19:56 世界天氣(音)	17:00 涉 5 時新聞(音)	17:00 涉 5 時新聞(音)	17:25 天才電視兒童(音)	17:10 兒童探索(音)	18:30 世界台精選(音)	19:45 新聞氣象(音)
20:00 八點看新聞(音)	17:25 天才電視兒童(音)	17:25 天才電視兒童(音)	18:57 世界台精選(音)	17:25 天才電視兒童(音)	19:45 新聞氣象(音)	20:00 NHK 特集(音)
21:00 世界台精選(音)	17:59 世界天氣(音)	18:00 六點新聞(音)	19:45 每日育兒指南(音)	17:59 世界天氣(音)	20:00 世界台精選(音)	20:49 世界天氣(音)
21:45 夜間戲劇 阿佐谷姊妹 共居生活 7 最終回(音)	18:00 六點新聞(音)	18:00 六點新聞(音)	19:50 迷你節目(音)	18:30 世界台精選(音)	20:49 世界台精選(音)	20:50 漫步世界街道(音)
22:15 新聞氣象(音)	18:30 職場餐食(音)	18:30 健康生活 好吃驚(音)	19:50 迷你節目(音)	19:45 新聞資訊台 精華(音)	21:00 世界台精選(音)	21:50 迷你節目(音)
22:20 國際報導(音)	18:57 世界台精選(音)	19:15 世界台精選(音)	19:56 世界天氣(音)	19:50 未來開關(音)	21:20 週末體育報導(音)	21:55 新聞瞭地球(音)
23:00 BS 新聞(音)	19:42 迷你節目(音)	19:45 每日育兒指南(音)	20:00 八點看新聞(音)	19:56 世界天氣(音)	21:40 世界台精選(音)	22:33 迷你節目(音)
23:10 世界天氣(音)	19:45 每日育兒指南(音)	19:50 迷你節目(音)	21:00 世界台精選(音)	20:00 八點看新聞(音)	22:40 新聞氣象(音)	22:35 週日體育報導(音)
23:15 土曜時代劇 明治開化 新十郎探偵帖 5(音)	19:50 迷你節目(音)	19:56 世界天氣(音)	22:15 新聞氣象(音)	21:00 10 劇場 群青領域 10 最終回(音)	22:40 新聞氣象(音)	23:30 世界天氣(音)
23:53 迷你節目(音)	20:00 八點看新聞(音)	20:00 八點看新聞(音)	23:10 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 4(音)	21:45 世界台精選(音)	23:10 世界天氣(音)	23:35 世界台精選(音)
23:55 大家的歌(音)	21:00 世界台精選(音)	21:00 世界台精選(音)		22:15 新聞氣象(音)	23:15 日本單車行腳(音)	

12/27(一)	12/28(二)	12/29(三)	12/30(四)	12/31(五)
00:20 世界台精選(普)	00:00 科學新知(普)	00:00 大家的歌(普)	00:00 世界台精選(普)	00:05 大家的歌(普)
02:20 BS 新聞(普)	00:30 NHK 短歌(普)	00:05 糖果屋(普)	00:30 訪談挖挖挖(普)	00:10 人生食譜(普)
02:30 世界台精選(普)	00:55 京都趣味園藝(普)	00:30 NHK 俳句(普)	01:00 BS 新聞(普)	00:55 迷你節目(普)
03:00 圍棋聚焦(普)	01:00 BS 新聞(普)	00:55 no art, no life(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 BS 新聞(普)
03:30 薇妮雪兒 在京都(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 BS 新聞(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)
04:00 大河劇 勢衝青天 41 最終回(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	01:48 迷你食譜(普)	01:25 趣味園藝(普)
04:45 自然百景(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:25 今日料理(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:50 生活小雜誌(普)
04:59 世界天氣(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:50 生活小雜誌(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)
05:00 晨間新聞(普)	02:20 時論公論(普)	01:55 BS 新聞 4K(普)	02:20 迷你節目(普)	02:20 迷你節目(普)
07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 41(普)	02:30 世界台精選(普)	02:20 時論公論(普)	02:30 達爾文來了(普)	02:30 世界台精選(普)
07:15 晨間資訊快遞(普)	03:00 便當博覽會(普)	02:30 逸品一品(普)	03:00 流言監護人(普)	03:00 老外遊日本(普)
08:55 大家的體操(普)	03:23 迷你節目(普)	03:00 育兒指南(普)	03:25 輕鬆看護(普)	03:30 名曲選(普)
09:00 新聞氣象(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 名曲選(普)	03:30 名曲選(普)	03:35 電視體操(普)
09:05 10劇場 群青領域 10 最終回(普)	03:35 電視體操(普)	03:35 電視體操(普)	03:35 電視體操(普)	03:45 迷你節目(普)
09:50 世界台精選(普)	03:45 未來開關(普)	03:45 未來開關(普)	03:45 迷你節目(普)	03:50 大家的歌(普)
10:35 迷你節目(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	03:56 世界天氣(普)
10:42 新手今日料理(普)	03:56 世界天氣(普)	03:56 世界天氣(普)	03:56 世界天氣(普)	04:00 與媽媽同樂(普)
10:47 新手今日料理(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:24 兒童探索(普)
10:52 新手今日料理(普)	04:24 兒童探索(普)	04:24 兒童探索(普)	04:24 兒童探索(普)	04:39 為什麼商會(普)
10:57 世界天氣(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:49 廚房戰隊(普)
11:00 新聞(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:59 世界天氣(普)
11:20 美味原產地(普)	04:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)	05:00 晨間新聞(普)
11:43 迷你節目(普)	05:00 晨間新聞(普)	05:00 晨間新聞(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 迷你節目(普)
11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 41(普)	07:00 晨間連續劇 Come Come Everybody 42(普)	07:00 迷你節目(普)	07:00 迷你節目(普)	07:15 世界台精選(普)
12:00 新聞(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	07:15 世界台精選(普)	07:15 世界台精選(普)	08:55 大家的體操(普)
12:05 列島新聞(普)	08:55 大家的體操(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:00 新聞氣象(普)
12:55 名曲選(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:05 世界台精選(普)	09:05 世界台精選(普)	09:05 世界台精選(普)
13:00 NHK 短歌(普)	09:05 世界台精選(普)	10:35 東北見知探(普)	10:17 故事記錄(普)	09:50 世界台劇場 重生 保護司 深谷善輔 5(普)
13:36 NHK 俳句(普)	09:09 世界台精選(普)	10:40 遊戲學沖繩話(普)	10:48 觀點論點(普)	10:40 no art, no life(普)
13:50 大家的歌(普)	10:48 觀點論點(普)	10:45 迷你節目(普)	10:58 世界天氣(普)	10:45 迷你節目(普)
13:55 新聞資訊台 精華(普)	10:58 世界天氣(普)	10:48 觀點論點(普)	11:00 新聞(普)	10:58 世界天氣(普)
14:00 BS 新聞(普)	11:00 新聞(普)	10:58 世界天氣(普)	11:20 世界台精選(普)	11:00 新聞(普)
14:10 基礎英語(普)	11:20 便當博覽會(普)	11:00 新聞(普)	11:43 迷你節目(普)	11:00 新聞(普)
14:20 J-MELO(普)	11:20 世界台精選(普)	11:20 世界台精選(普)	12:00 新聞(普)	11:20 世界台精選(普)
14:48 世界天氣(普)	11:43 迷你節目(普)	11:35 迷你節目(普)	12:05 世界台精選(普)	11:43 迷你節目(普)
14:50 演藝圖鑑(普)	11:45 晨間連續劇 Come Come Everybody 42(普)	12:00 新聞(普)	12:55 名曲選(普)	12:00 新聞(普)
15:20 日本百名山(普)	12:00 新聞(普)	12:05 世界台精選(普)	13:00 趣味悸動(普)	12:05 世界台精選(普)
15:50 BS 新聞(普)	12:05 列島新聞(普)	12:55 名曲選(普)	13:25 旅行學西語(普)	12:55 名曲選(普)
16:00 迷你節目(普)	12:55 名曲選(普)	13:00 趣味悸動(普)	13:50 大家的歌(普)	13:00 旅行學德語(普)
16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	12:55 名曲選(普)	13:25 電視學中文(普)	13:55 生活小雜誌(普)	13:30 旅行學法語(普)
16:11 遊戲學日語(普)	13:00 趣味悸動(普)	13:50 大家的歌(普)	14:00 BS 新聞(普)	13:50 大家的歌(普)
16:21 遊戲捉迷藏(普)	13:25 趣味園藝(普)	13:55 生活小雜誌(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	13:55 生活小雜誌(普)
16:36 與媽媽同樂(普)	13:50 大家的歌(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:00 BS 新聞(普)
17:00 涉5時新聞(普)	13:55 生活小雜誌(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:20 芯京都(普)	13:50 生活小雜誌(普)
17:10 兒童探索(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:48 世界天氣(普)	14:00 BS 新聞(普)
17:25 妙答三人行(普)	14:10 大西泰斗英語會 話☆定番食譜(普)	14:20 老外遊日本(普)	14:50 科學新知(普)	14:20 東京電車美食(普)
17:50 舞妓家的 料理人(普)	14:20 透視亞洲(普)	14:48 世界天氣(普)	15:20 日本鐵道之旅(普)	14:48 世界天氣(普)
17:59 世界天氣(普)	14:48 世界天氣(普)	14:50 流言監護人(普)	15:50 BS 新聞(普)	14:50 訪談挖挖挖(普)
18:00 六點新聞(普)	14:50 育兒指南(普)	15:15 輕鬆看護(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:20 世界台精選(普)
18:30 世界台精選(普)	15:20 糖果屋(普)	15:20 糖果屋(普)	16:11 遊戲學英語(普)	15:50 BS 新聞(普)
19:42 迷你節目(普)	15:45 大家的歌(普)	15:45 大家的歌(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:01 迷你節目(普)
19:45 每日育兒指南(普)	15:50 BS 新聞(普)	15:50 BS 新聞(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:36 世界台精選(普)
19:50 未來開關(普)	16:00 迷你節目(普)	16:00 迷你節目(普)	17:00 涉5時新聞(普)	17:00 新聞(普)
19:56 世界天氣(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:01 畢達哥拉斯 知識開關(普)	17:10 兒童探索(普)	17:10 迷你節目(普)
20:00 八點看新聞(普)	16:11 遊戲學日語(普)	16:11 遊戲學日語(普)	17:10 兒童探索(普)	17:25 天才電視兒童(普)
20:49 世界台精選(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:59 世界天氣(普)
22:15 新聞氣象(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	17:50 Pop in! Craft(普)	18:00 六點新聞(普)
22:20 國際報導(普)	17:00 涉5時新聞(普)	17:00 涉5時新聞(普)	17:56 世界天氣(普)	18:30 世界台精選(普)
23:00 BS 新聞(普)	17:10 兒童探索(普)	17:10 兒童探索(普)	18:00 六點新聞(普)	19:45 新聞資訊台 精華(普)
23:10 世界天氣(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:25 天才電視兒童(普)	18:30 世界台精選(普)	19:50 迷你節目(普)
23:15 土曜時代劇 明治開化 新十郎探偵帖 6(普)	17:59 世界天氣(普)	17:59 世界天氣(普)	19:45 每日育兒指南(普)	19:56 世界天氣(普)
23:53 迷你節目(普)	18:00 六點新聞(普)	18:00 六點新聞(普)	19:50 迷你節目(普)	20:00 世界台精選(普)
23:55 大家的歌(普)	18:30 世界台精選(普)	18:30 世界台精選(普)	20:00 世界台精選(普)	22:15 迷你節目(普)
	19:45 每日育兒指南(普)	19:45 每日育兒指南(普)	22:15 新聞氣象(普)	22:20 世界台精選(普)
	19:50 未來開關(普)	19:50 未來開關(普)	22:20 世界台精選(普)	23:00 BS 新聞(普)
	19:56 世界天氣(普)	20:00 世界台精選(普)	23:00 BS 新聞(普)	23:10 世界天氣(普)
	20:00 八點看新聞(普)	22:15 新聞氣象(普)	23:10 世界天氣(普)	23:15 日本單車行腳(普)
	21:00 世界台精選(普)	22:20 世界台精選(普)	23:15 日本單車行腳(普)	
	22:15 新聞氣象(普)	23:00 BS 新聞(普)		
	22:20 世界台精選(普)	23:10 世界天氣(普)		
	23:00 BS 新聞(普)	23:15 罹病抉擇(普)		
	23:10 世界天氣(普)			
	23:15 智慧之泉(普)			
	23:58 迷你節目(普)			

